



食育実践講座

令和元年6月6日(木)

参加人数:大人 12名 子ども12名

管理栄養士の恒石先生にお話して頂き、日頃の食事の悩み等を聞いて頂きました。
年齢にあった食事のヒントがもらえたようです♪



保育の様子



歯がまだ前歯しか生えていないお子さんの感覚でおせんべいの試食をしました

もずくスープの試飲をして、塩分濃度を教えてくださいました。



<アンケートより> 一部抜粋

- 毎日悩みながら食事をしてきたことが質問できてとても良い機会になりました。
- お話のすべてがとても聞けて良かったです。保育もいつもあそんでいるお部屋でみて頂けるのでとても安心してお願いすることができました。
- 嫌いな食材を隠さない」というのは新しい知識でした。食べさせることにこだわらず、何を食べているか分かる状態でたべさせることも重要なんだと思いました。

